Меню на 07.12.2022

Прием пищи						
	Наименование блюд	Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак 8:30-9:00						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,98	6,4	20,67	159,1
2	Хлеб пшеничный формовой	40	3,4	1,32	17	96,8
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
4	Чай с сахаром с лимоном	200	0,12	0,03	8,02	28,03
	итого	*445*	*9,53*	*11,38*	*45,73*	*321,33*
Второй завтрак 10:30-11:00						
1	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18	101,93
	итого	*180*	*0,9*	*0,18*	*18*	*101,93*
Обед 12:00-13:00						
1	Суп картофельный с крупой	200	2,11	4,44	15,06	128,72
2	Перец, фаршированный мясом и рисом	200	12,7	19,56	35,2	326
3	Хлеб ржаной	50	4,05	0,5	24,4	121
4	Хлеб пшеничный формовой	25	1,49	0,58	7,44	42,35
5	Компот из смеси сухофруктов	180	0,26	0,01	14,07	57,81
	итого	*655*	*20,61*	*25,09*	*96,17*	*675,88*
Полдник 15:00						
1	Вафли	20	1,4	5,4	12,4	104
2	Фрукты свежие	100	0,26	0,18	11,47	52
3	Кисломолочный продукт	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	итого	*300*	*6,7*	*10,08*	*31,07*	*251,4*
Ужин 17:30						
1	Фрикадельки рыбные, запеченные с молочным соусом	80	10,31	14,2	25,23	209,06
2	Пюре картофельное	130	2,69	4,55	18,1	128,65
3	Овощи (порциями)	50	0,35	0,05	0,95	6
4	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
5	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	8,02	28,03
	итого	*490*	*16,02*	*19,82*	*65,05*	*444,34*
	Соль пищевая поваренная йодированная	5				
	ИТОГО за целый день	**2070**	**53,76**	**66,55**	**256,02**	**1794,88**

Заведующий МАДОУ № 199 Ломова И.Э.

Ломова Ирина Эдуардовна

Подписан: Ломова Ирина Эдуардовна
DN: ИНН=616300063478, СНИЛС=05609419366, E=madoy199@yandex.ru, C=RU, S=Ростовская область, L=Ростов-на-Дону, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА РОСТОВА-НА-ДОНУ "" ДЕТСКИЙ САД № 199"", G=Ирина Эдуардовна, SN=Ломова, CN=Ломова Ирина Эдуардовна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место вашего подписания
Дата: 2022-12-02 15:02:32
Foxit Reader Версия: 9.5.0